

Pollo para Chuparse los Dedos

Makes: 14 or 56 servings

14 Servings 56 Servings

Ingredients	Weight	Measure	Weight	Measure
Pollo, pechuga o piernas, sin piel	2 lbs		8 lbs	
Espesies molidas		2 cdta		8 cdta
Canela molida		1 cdta		4 cdta
Pimienta negra molida		1 1/2 cdta		6 cdta
Orégano molido		2 cdta		8 cdta
Tomillo molido		2 cdta		8 cdta
Ajo, finamente picado		4 clavos		16 clavos
Vinagre		1/4 tza		1 tza
azúcar morena		3 Cda		12 Cda

Nutrition Information

Key Nutrients	Amount	% Daily Value
Total Calories	122	
Total Fat	1 g	
Protein	20 g	
Carbohydrates	4 g	
Dietary Fiber	NA	
Saturated Fat	1 g	
Sodium	199 mg	

Directions

1. Lave y seque el pollo.
2. En un tazón grande, combine todos los ingredientes secos y el vinagre para hacer el sazónador.
3. Frote el sazónador sobre el pollo. Marínelo en el refrigerador al menos por 6 horas (o durante la noche).
4. Precaliente el horno a 350°F.
5. En una bandeja de hornear ligeramente engrasada coloque el pollo distribuido equitativamente.
6. Cúbralo con papel de aluminio. Hornéelo por 40 minutos.
7. Remueva el papel de aluminio y hornéelo por otros 30 a 40 minutos o hasta que el pollo esté suave.

Notes

Consejos para Servir:

Al permitir que el pollo se marine durante la noche, hace que el pollo adquiera más sabor cuando se cocine y ahorra tiempo en su preparación.